

# *Shizuto Masunaga* *im Interview*

übersetzt von Kayoko Lang



増永静人先生に  
詠水が来る事の中  
真理あり

Shizuto Masunaga gab  
1979 einer japanischen  
Lokalzeitschrift ein  
Interview.

Kayoko Lang, Schülerin  
seines Sohnes Haruhiko  
Masunaga, hat jetzt  
erstmal einen Ausschnitt  
daraus ins Deutsche  
übersetzt.

# Einleitung zur Übersetzung von Kayoko Lang

Letztes Jahr habe ich an einem Shiatsu-Kurs in Tokio teilgenommen, der von Haruhiko Masunaga, einem Sohn von Shizuto Masunaga, geleitet wurde. Ich erhielt dort eine Broschüre, die ein Interview mit Shizuto Masunaga enthält, das laut Haruhiko Masunaga wahrscheinlich im November 1979 in der Region von Oita von einem lokalen Informationsmagazin geführt wurde. Shizuto Sensei verstarb im Sommer 1981, so dass das Interview etwa zwei Jahre vor seinem Tod geführt wurde. Ich denke, dass es durch die Übersetzung dieses Interviews möglich sein wird, Aufschluss darüber zu erhalten, was Shizuto Masunaga in seinen späteren Jahren über Shiatsu und unseren Körper dachte.

Der Titel dieses Interviews lautet **Die Wahrheit liegt in dem, was jeder tun kann** und besteht aus sechs Teilen. Der dritte Teil »Krankheiten einfach nur zu heilen genügt nicht« ist meiner Meinung nach sehr interessant, daher habe ich ihn übersetzt.

» Wenn Sie ein Magenbeutel-Problem haben (Masunaga Sensei benutzt dieses Wort »Magenbeutel« gelegentlich, es kann auch umgangssprachlich »Magen« bedeuten und drückt eher »Speicher des Essens« aus), denken Sie vielleicht, ich habe ein Magenproblem und muss dafür Medikamente einnehmen. Doch das trägt nicht zur Heilung des Magens bei. Ich würde Sie fragen, ob nur der Magenbeutel für dieses Magenproblem verantwortlich ist?

Liegt es nicht daran, dass Sie ihm etwas Köstliches zu Essen gegeben haben? Liegt es nicht daran, dass Sie beschlossen haben, noch weiter zu essen, obwohl Ihr Magen »genug« gesagt hat, und noch weiter zu trinken, obwohl der Magen »genug« gesagt hat? Deshalb ist es in Ihrem Magen zu einem »Problem« gekommen. Es ist also nicht die Schuld Ihres Magens. Warum sagen Sie dann: »Mein Magen hat ein Problem«? Denn die Verantwortung für den schmerzenden Magen liegt woanders. Daher muss dieses Problem ganzheitlich überdacht werden. Immer wenn wir krank werden, sollten wir unseren ganzen Körper ausruhen. Weil der Magen (wie in diesem Fall) ein Problem hat, ruhen wir den ganzen Körper aus.

Wenn Sie ein »krankes Herz« haben, lassen Sie nicht allein das Herz, sondern den ganzen Körper die Verantwortung dafür übernehmen, gemeinsam daran zu arbeiten, den ganzen Körper zu reparieren – das ist die Idee der (Selbst-)Fürsorge. Wenn Sie nur einen Teil des Körpers dafür verantwortlich machen, dann wird der andere Teil träge und passiv.

**Wenn wir aber die Energie aller Teile unseres gesamten Körpers vereinen, dann kann die Krankheit leicht geheilt werden.** Ja wirklich, wenn Sie das tun, werden Sie sichtbar geheilt werden. Wir besitzen eine erstaunliche Selbstheilungsfähigkeit.

Das Problem besteht jedoch in unserer einseitigen

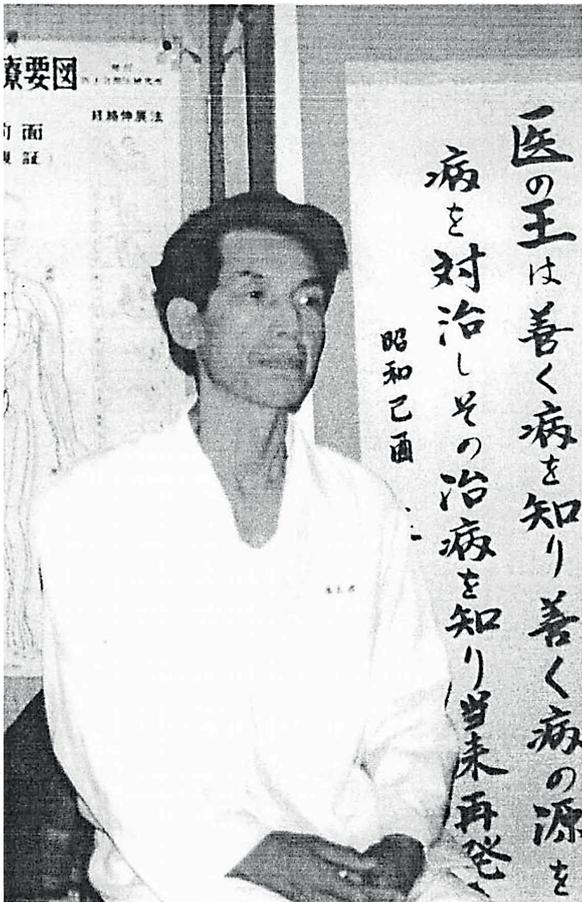
Denkweise: Wenn es dem Magen schlecht geht, wollen wir ihn wieder in Ordnung bringen, damit es dem ganzen Körper wieder gutgeht. An dieser Stelle kommt das Yin-Yang-Prinzip<sup>1</sup> ins Spiel: Das Offensichtliche und das Verborgene. Der schmerzende Teil ist das, was offenbar ist. Wir neigen dazu, die Schuld dort zu suchen, aber die Ursache für den schmerzenden Teil ist mehr ganzheitlich zusehen und eher im verborgenen Teil zu finden. Ein wesentlicher Aspekt der ostasiatischen Medizin ist die Bedeutung, die dem Verborgenen beigemessen wird. **Wenn wir den verborgenen Teil behandeln, kann der offensichtliche Teil leicht geheilt werden.**

Wenn wir behaupten, dass die alternative Medizin zuverlässig wirkt, weil sie von der Schulmedizin wissenschaftlich überprüft wurde, und deshalb »gut für alle ist«, dann verliert sie die ihr innewohnende intuitive und hochgradig anpassungsfähige Flexibilität. Genau hier liegt die Gefahr.

Während man Erfahrungen sammelt, sollte man im Grunde intuitiv beurteilen können, ob »dies für diese Person das Richtige ist oder nicht«. Wenn jedoch eine Theorie zugrundegelegt wird, versucht man gerne, sich nur danach zu richten und sie anderen aufzuzwingen. Ich würde aber sagen, dass man in allen Dingen demütig sein soll. (...) Man muss einen ganzheitlichen Sinn für das Leben haben, um zu verstehen, warum alternative Heilmethoden wirken. Krankheit sollte zu einer Reflexion über sich selbst, über das Leben führen. Daher sollte sie nicht einfach geheilt werden, sondern ein Mensch sollte auch die Einsicht haben, über die Tatsache nachzudenken,

<sup>1</sup> »Das Yin-Yang-Prinzip«: Es bedeutet hier sehr wahrscheinlich »Kyo und Jitsu«. Da Masunaga Sensei in einer Provinzstadt spricht, nehme ich an, dass er nicht die Akupressur-spezifische Terminologie von »Kyo und Jitsu« verwendet hat, sondern den Begriff »Yin-Yang«, den jeder verstehen kann. (Anm. der Übersetzerin)

dass er zum Beispiel durch zuviel Alkohol, anschließend einen »Kater« hat. Der Mensch sollte die Gelegenheit ergreifen, sein Leben zu überdenken.



© Haruhiko Masunaga

Übersetzungslektorat von Monika Knaden mit großartigerer Unterstützung von Klaus Metzner, ESI München.

## Nachwort

Bevor ich mit der Teilübersetzung des Interviews begann, habe ich Haruhiko Masunaga kontaktiert und ihn um seine Einwilligung gebeten. Er gab mir die Erlaubnis und schrieb dazu, dass das Missverständnis bestehe, dass sein Vater die 12 Meridiane gleichermaßen behandelt habe. Doch durch die Berührung aller Meridiane habe er den Körper des Patienten »verstanden« und so die Schwäche der Patienten bewusst intensiver behandelt. (Haruhiko Sensei praktiziert Shiatsu in der gleichen Art und Weise. Daher dauert eine Shiatsu-Behandlung im Iokai-Institut, seiner Praxis und Schule, ca. 60-80 Minuten.)

Außerdem bedaure ich, dass in der deutschen Fassung des Buches *Zen Shiatsu*<sup>2</sup>, das Nachwort von Shizuto Masunaga nicht übersetzt wurde. Er erwähnt dort einen Shiatsu-Praktiker, der bei ihm gelernt hatte. Dieser Praktiker beschwerte sich, dass er viel Zeit für eine Behandlung aufwenden muss, obwohl er dafür keine angemessene Vergütung bekommt. Darauf antwortete ihm Masunaga Sensei, dass ein (richtiger) Shiatsu-Praktiker von den Patienten viele Dankesworte bekommt. Wenn er dadurch viel Geld verdienen wolle, solle er sich unangenehm berührt fühlen.

## Anmerkung zur Übersetzung

Es ist nicht leicht, Masunagas Worte ganz genau wörtlich zu übersetzen. Daher habe ich Ergänzungen mit Klammern ( ) eingefügt oder mit Anführungszeichen » « gearbeitet. Die Sätze, die ich wichtig finde, sind fettgedruckt hervorgehoben. Ich habe versucht, das Original zu respektieren und die speziellen japanischen Ausdrücke so korrekt wie möglich zu übersetzen. Darunter könnte der Textfluss gelitten haben.

## Übersetzerin:

Mein Name ist Kayoko Lang, gebürtige Japanerin, wohne in Deutschland seit ca. 20 Jahren. Ich bin seit 25 Jahren als Lehrerin für Japanisch als Fremdsprache tätig und seit 2 Jahren mache ich eine Shiatsu-Ausbildung im ISOM-Institut, davor ca. 1 Jahr im Ki-College.

<sup>2</sup> Dr. S. Masunaga/Dr. W. Ohashi: *Das große Buch der Heilung durch Shiatsu*. O.W. Barth Verlag, 14. Auflage 2004.

## Meridian-Dehnübungen von Shizuto Masunaga

Während seines Europa-Aufenthalts 2015 erzählte Haruhiko Masunaga wie wichtig seinem Vater die Meridian-Dehnübungen waren und seine Forschungstätigkeit in den letzten Jahren seines Lebens auf diese Übungen konzentriert hatte. Er erachtete sie als komplementär und gleichbedeutend zur Shiatsu-Behandlung. Behandlungen und Übungen gehörten für ihn untrennbar zusammen. Erst durch die Übungen wurde sein System für ihn vollständig und zur Einheit. Die Übungen erfordern von den Klient:innen eigenverantwortliches Handeln, entschlossenes Dranbleiben und regelmässiges,

möglichst tägliches Praktizieren. Sie stärken die Selbstregulierungskraft, da mit ihnen körperliche Verspannungen gelöst und Unausgeglichenheiten beseitigt werden. Vitalität, Gleichgewicht und Geschmeidigkeit werden erhöht. Sie helfen aber auch, auf den Körper zu hören und Widerstände im Körper bewusst wahrzunehmen. Ein Grundprinzip der Übungen ist die Einheit von Körper, Gefühlen und Geisteszuständen. Die Übungen sind eine Reflexion des Lebens. (aus Bericht von Itin/Per/Weidmann: *Masunaga war hier und kommt wieder!* als PDF im Archiv des Shiatsu Journals für alle einsehbar)